

УДК 796.11.1:378

**Зеленюк О.В.,**

доцент кафедри фізичного виховання Гуманітарного інституту  
Київського університету імені Бориса Грінченка,  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

**Чекмарьова В.В.,**

старший викладач кафедри фізичного виховання  
Гуманітарного інституту  
Київського університету імені Бориса Грінченка

## **ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У КОНТЕКСТІ СУЧАСНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПАРАДИГМИ**

*У статті висвітлено важливість застосування педагогічної акмеології у процесі фізичного виховання студентів як спеціалізованої культурної практики, пов'язаної із процесом вдосконалення власного тіла та формування здоров'язбережувальної поведінки і покращання стану здоров'я.*

**Ключові слова:** педагогічна акмеологія, фізичне виховання, студенти, соматичне здоров'я, здоровий спосіб життя.

**Актуальність та постановка проблеми.** Історія становлення й розвитку наук про людину та її місце у всесвіті супроводжується формуванням вузькоспеціалізованого інформаційно-соціального простору, в якому відбувається постійна взаємодія та взаємопроникнення наукових знань і технологій з інших сфер продукування людського інтелекту.

Новітні фундаментальні теоретико-практичні досягнення у галузі педагогічних та суміжних медико-біологічних наук переконливо свідчать про те, що гуманістична парадигма розуміння людиною світу і себе в ньому, набуває загального визнання, що засвідчується виникненням таких наук, як гуманістична біоетика, валеософія, педагогічна акмеологія тощо.

Акмеологія — (*грец.* акме — вищий ступінь чогось, його вершина, *logos* — слово, вчення) — наука, що вивчає феноменологію, закономірності та механізми досягнення вершини розвитку людини як індивіда, суб'єкта і об'єкта діяльності, а також, у більш конкретизованому контексті — процес досконалого оволодіння людиною певного фаху та шляхів досягнення найвищих ступенів професійної кар'єри [2, 6].

Педагогічна акмеологія — це наукова дисципліна, що вивчає методи і засоби розкриття та формування психофізичних можливостей шля-

хом цілеспрямованої діяльності особистості. Можна констатувати, що пошук шляхів стимулювання здатності індивіда успішно реалізовувати в житті максимальний рівень власних біологічних та соціальних інтенцій складає зміст структурних компонентів, які знаходяться у сфері наукових зацікавлень педагогічної акмеології.

Перманентне зростання вимог суспільства щодо підготовки майбутніх спеціалістів у аспекті їхньої самоосвіти та самовдосконалення інтелектуальних, креативних і фізичних можливостей, потребують від педагогічної спільноти впровадження у навчальний процес новітніх освітньо-виховних технологій та засобів.

Це включає, зокрема, формування широкого культурницького світогляду, національної самосвідомості й фахових компетенцій на засадах відповідального ставлення до власного здоров'я як вагомих складових базису, на якому будується майбутня стратегія акме кар'єрного та життєвого успіху [5].

У цьому дискурсі привертає увагу ще недостатньо досліджений аспект проблеми, пов'язаної з досягненням акме-вершини у будь-якій галузі діяльності людини, а саме — у галузі педагогіки фізичного виховання студентської молоді.

На нашу думку, саме з позицій педагогічної акмеології мають відбуватися процеси сучасної трансформації методології викладання фізичного виховання студентів у напрямі втілення загальнолюдських ідеалів і цінностей та реалізації проголошеного примату гуманістичної концепції вищої освіти в Україні.

Стає цілком зрозумілою доцільність акмеологічного підходу до створення сучасного дизайну методологічного та організаційно-методичного забезпечення системи фізичного виховання студентської молоді з урахуванням досягнень педагогічної акмеології у сучасних соціально-економічних умовах [1; 3; 5].

**Мета та завдання** нашої наукової розвідки полягали у вивченні сучасного стану розвитку педагогічної акмеології та можливості впровадження її досягнень у практику фізичного виховання студентів Київського університету імені Бориса Грінченка.

**Результати дослідження.** Гуманізація освіти (в широкому контексті) передбачає переорієнтацію на особистість, на виховання людини як унікальної творчої індивідуальності, яка прагне максимальної самоактуалізації своїх можливостей (акме), відкритої до сприймання нового обшину інформації, здатної здійснювати свідомий та відповідальний вибір у різноманітних життєвих ситуаціях.

Наголосимо, що важливим компонентом гуманізації системи вищої освіти є формування у студентів стійкого інтересу до зміцнення власного здоров'я, оволодіння засобами його збереження та покращання, що мають стати щоденною першочерговою справою кожної молоді людини.

Феноменологія здоров'я у широкому науковому дискурсі інтегрує чотири основні сфери: тілесну, психічну, духовну та соціальну, які у сукупності зумовлюють стан здоров'я людини. При цьому гармонія взаємодії тілесного і духовного, біологічного і соціального, індивідуального та глобального, залежного від самої людини і поза межами її діяльності, є вирішальними факторами досягнення вершин досконалості у професійному та особистому житті.

Гуманістична сутність фізичного виховання тісно пов'язана із проблемою загальної культури людини у тій її складовій, що стосується процесів покращання стану здоров'я та вдосконалення фізичних якостей, а також свідомої відповідальності за стан здоров'я, право вибору мети, засобів та методів його корекції із врахуванням власних потреб і мотивацій [6].

Саме оздоровча функція фізичного виховання дає підставу вважати цю навчальну дисципліну такою, що сприяє розв'язанню найважливішого соціально-суспільного завдання — досягнення високого рівня здоров'я та його компонентів, що забезпечують гармонійний розвиток студентів і їхню адаптацію до ефективної професійної діяльності та соціальної успішності.

У педагогічній науці широке застосування знайшло поняття «здоров'я» як стану фізичного, психічного та соціального благополуччя особистості, що у сукупності створює умови для успішної реалізації соціальних і біологічних функцій людини.

Цей підхід до дефініції здоров'я споріднений із відомим визначенням цього терміна ВООЗ і також певною мірою відповідає потребам педагогіки фізичного виховання студентської молоді. Адже об'єктом фізичного виховання є людина, амбівалентна сутність якої пов'язана з її біологічною та соціальною природою [4, 6].

Біологічна природа людини здійснюється через діяльність функціональних систем організму, спрямованих на забезпечення вітальних та соціальних потреб особистості, тоді як соціальна характеризується статусом та роллю людини у суспільстві.

При цьому слід підкреслити, що саме через біологічну складову реалізуються досягнення акме соціального статусу людини та з'являється

можливість об'єктивно визначати ефективність прикладного напрямку акмеології — педагогічної акмеології фізичного виховання як спеціалізованої культурної практики, пов'язаної із процесом удосконалення студентом власного тіла, а відтак і покращання стану здоров'я.

Використання об'єктивних критеріїв акме тілесної досконалості, наприклад показників рівня соматичного здоров'я та рухової підготовленості, визначення яких у період опанування вимог навчальної дисципліни «Фізичне виховання» дозволяє студенту наочно спостерігати адекватність власних зусиль щодо досягнення бажаних вершин фізичного самовдосконалення. Адже у молодому віці саме антропометричні чинники є предметним уособленням стану здоров'я, його зовнішньою ознакою та привабливістю, а тому необхідність досягнення бажаної нормативної тілесної кондиції засобами фізичної культури і спорту є для студентів цілком зрозумілою.

Входження молодого людини у нове соціальне середовище — вступ до вищого навчального закладу — першої сходинки здобуття професійної освіти та чергового етапу підготовки майбутнього фахівця до самостійної діяльності — вимагає мобілізації життєвих сил, спрямованих на адаптацію до незвичних умов навчання і значних інтелектуальних та психофізичних навантажень. За таких обставин ступінь успішності навчання студента значною мірою залежить від стану його соматичного (фізичного) здоров'я та здатності до опору стресовим чинникам.

У цьому аспекті навчальну дисципліну «Фізичне виховання» слід розглядати як важливий компонент виховання у вишу гармонійно розвиненої, фізично загартованої особистості майбутнього конкурентоспроможного фахівця, здатного ефективно працювати в умовах глобалізованого світового ринку праці.

Засадничі домінанти педагогічної акмеології фізичного виховання студентської молоді мають охоплювати комплекс соціокультурних сфер, що інтегрують фізичну, психічну, духовну і соціальну діяльність студента та зумовлюють стан його здоров'я.

Спираючись на наш педагогічний досвід, слід зазначити, що сучасна молода людина намагається сама встановлювати життєві пріоритети, серед яких не останнє місце належить тілесному здоров'ю. саме тому головним завданням педагогічних колективів кафедр фізичного виховання повинно стати формування у студентів мотиваційних потреб до здорового способу життя та оволодіння навичками власними зусиллями досягати тілесної досконалості та вершин саморозвитку особистості.

### **Висновки.**

Гуманізація системи фізичного виховання студентів сприяє оздоровчій активності молодшої людини, вільному і свідомому (обґрунтованому) обранню здоров'язбережувального стилю життєвої поведінки та розуміння власної відповідальності за реалізацію цього вибору.

Прагнення студентів досягти вершин життєвого успіху може слугувати дієвим підґрунтям формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом як засобів творення досконалого, привабливого тіла, що є складовим компонентом ймовірності успішної майбутньої фахової кар'єри та щасливого особистого життя.

Орієнтування студентів на прихильність до здорового способу життя, роз'яснення важливості високого рівня тілесного здоров'я задля ефективної професійної та суспільної діяльності є педагогічним засобом втілення акмеологічної парадигми у практику фізичного виховання майбутніх представників фахової еліти глобалізованого суспільства.

### **Джерела**

1. Огнев'юк В.О. Розвиток в університетській освіті акме-компетентнісного потенціалу майбутнього фахівця / В.О. Огнев'юк // Акмеологія — наука XXI століття : матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф. / за заг. ред. Огнев'юка В.О. — К. : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2011. — С. 6–9.
2. Хозяинов Г.И. Акмеология физической культуры и спорта / Хозяинов Г.И., Кузьмина Н.В., Варфоломеева П.Е. — М. : Академия, 2007. — 204 с.
3. Томенко О.А. Теоретико-методологічні основи неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра наук з фіз. вихов. і спорту : спец. 24.00.02 — фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / О.А. Томенко. — К., 2012. — 37 с.
4. Іваній І.В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання і спорту : навч.-метод. посібник / І.В. Іваній. — Суми : Університетська книга, 2014. — 128 с.
5. Зеленюк О.В. Тілесне здоров'я студента у феноменології досягнення акме / О.В. Зеленюк, А.В. Бикова // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів : матеріали VIII Всеукр. наук.-практ. конф. — Суми : Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, 2008. — С. 460–465.
6. Зеленюк О. Тілесне здоров'я студентської молоді: акмеологічний дискурс / Зеленюк О., Чекмарьова В., Бикова Г.// Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах : матеріали I Міжнар. наук.-практ. конф. / редкол.: В.В. Кляпчук та ін. — Дніпропетровськ : ДНУ, — 2015. — С. 120–121.

*В статье освещена важность применения педагогической акмеологии в процессе физического воспитания студентов как специализированной культурной практики, связанной с процессом совершенствования собственного тела и формирования здоровьесберегающего поведения и улучшения состояния здоровья.*

**Ключевые слова:** педагогическая акмеология, физическое воспитание, студенты, соматическое здоровье, здоровый образ жизни.

*The article highlights the importance of the implementation of pedagogical acmeology in the process of students' physical education as a specialized cultural practice, connected with the process of improving the body, development of health-care behaviour and increasing the health level.*

**Key words:** pedagogical acmeology, physical education, students, somatic health, healthy lifestyle.